

思い立ったが吉日!

地域デビュー ふみだそう! はじめの一步

相談 窓口

何かをはじめたいと思ったら、**地域デビューの相談窓口**へ。

市民ボランティアの相談員と話しながら
地域デビューに向けて「はじめの一步」を見つけませんか?
どの相談も予約不要で無料です。
お気軽にお越しください。

検索 サイト

趣味や特技を活かした
地域活動がしたいな...



探してみよう!
見つけよう!



子どもと一緒にできる
習いごとや活動はないかな



麻生区市民活動団体検索サイト

麻生区内で活動している多彩な市民活動団体を、
スマートフォンやPCで気軽に検索できます。

<https://asao-act.org/>



麻生区市民活動団体検索サイト

地域デビューをサポートします!

図書館を併設した生涯学習支援の拠点

麻生市民館(麻生文化センター)

さまざまな団体が、芸術・音楽・学習・踊りなど多岐に渡る活動をしています。イベント・講座・学級なども開催。「何かしたい」「活動に興味がある」方は学習相談をご利用ください。

生涯学習相談コーナーは、市民ボランティアによる相談業務を行っています。相談内容として、学びたいことや興味のある講座やサークルなどを紹介しています。

ほかにも「麻生市民館ひとのわプロジェクト」を実施しています。「ひとのわ」では、市民同士が持っている知識やスキルを共有し、コミュニケーションや繋がりを深める場を提供しています。ぜひ「ひとのわ」にもお越しください。



施設基本データ

麻生市民館 (麻生文化センター)
住 川崎市麻生区万福寺1-5-2
☎044-951-1300
時 9時～21時 [午前利用]9時～12時、[午後利用]13時～17時、[夜間利用]17時30分～21時
休 第3月曜(祝日の場合は開館、翌平日休み)、年末年始、施設点検日
交 小田急線「新百合ヶ丘駅」北口から徒歩約3分

地域のボランティア活動を応援

麻生区社会福祉協議会

これからボランティアをはじめようと思っている方向けの講座や交流会などを定期的で開催。福祉施設のボランティア担当者や、ボランティア経験の豊富な相談員が、お話を伺います。

希望するボランティア活動が決まったら、施設や団体と調整し、体験やオリエンテーションの場を設定。安心してボランティア活動がはじめるように調整します。

区内のボランティア情報をまとめた、「ぼらぼら広場」を奇数月に発行。麻生区社会福祉協議会のホームページからも見ることができます。



施設基本データ

麻生区社会福祉協議会
住 川崎市麻生区万福寺1-2-2
新百合21ビル1階
☎044-952-5500
あんしんセンター
☎044-952-5711
時 8時30分～17時※火曜・木曜は21時まで
休 日曜、祝日、年末年始
交 小田急線「新百合ヶ丘駅」北口から徒歩2分

地域シニアの活動拠点!

麻生老人福祉センター 麻生いきいきセンター

センターではさまざまな講座・行事を行っています。そして参加した仲間でOB会(自主活動グループ)を作り、熱心に活動しています。リタイア後は地域にデビュー!第2の学びや仲間づくりなど多彩な活動に参加し、いきいきと過ごしませんか。生活や健康についての各種相談にも応じています。

- ・生活相談 原則月・水・金曜 10時～15時30分
- ・看護師による健康相談 原則月～金曜 10時～15時30分
- ・医師による健康相談 【内科】第2・第4火曜 13時30分～15時(申込必須)
【整形】第1・第3水曜 14時～15時30分(申込必須)
- ・パソコン相談 毎週木曜 10時～12時(1人1時間)要予約
- ・スマホ相談 月2回(曜日・時間要確認、1人20分)要予約

※市内在住、60歳以上が利用できる施設です



施設基本データ

麻生老人福祉センター(麻生いきいきセンター)
住 川崎市麻生区金程2-8-3
☎044-966-1549
時 9時～16時
休 日曜・祝日(敬老の日は開館)、年末年始(12月29日～1月3日)
交 小田急新百合ヶ丘駅バスターミナル、4番乗り場から[新03]「千代ヶ丘行き」/[新04]「向原行き」/[新07]「読売ランド行き」のいずれか「麻生高校前」下車徒歩約4分

「なにかをやってみたい！」そう思い立ったときが、はじめどき。
麻生区にはその思いを応援してくれる施設やサービスがそろっています。

仲間作り、地域デビューしませんか！

麻生市民交流館やまゆり

麻生市民交流館やまゆりでは、登録団体が会議室・サロンでさまざまな活動をしています。

また、活動の成果を披露する「活動団体発表会」、区民講師による「公開講座」、子どもたちと交流する「ビバ！あさおの子どもたち」など、活動の輪を広げる場もたくさん用意しています。

もっと充実した人生を送りたい！といったニーズに応えるために、やまゆりでは週2回、市民活動相談窓口を開設、「市民活動団体検索サイト」を利用しながら、経験豊かなボランティアが親切・丁寧に対応しています。

区内で活動する数百団体のなかから希望する団体のご案内や新たな活動開始のお手伝いをします。

仕事や子育てに一区切りついた方が市民活動への一步を踏み出すために、ぜひ相談窓口をご利用ください！



施設基本データ
麻生市民交流館やまゆり
住 川崎市麻生区上麻生1-11-5
☎ 044-951-6321
時 月～金曜 9時30分～17時 ※平日夜間(17～20時)、土・日・祝日も予約すれば利用可能
休 年末年始・施設点検日
交 小田急線「新百合ヶ丘駅」南口から徒歩約4分

でかけていく「相談窓口」

麻生区ソーシャルデザインセンター SDCカー

麻生区ソーシャルデザインセンターの小さな相談窓口、「SDCカー」が区内各所で開催されるお祭りやイベントなどに出張し、気軽に相談や歓談ができる「おしゃべりひろば」を開設します。

福祉や介護の専門知識があるメンバーや、地域の情報に詳しいスタッフが区民の相談を受けたり、住民同士が気軽に交流できる場所を提供したり、多世代の新しい出会いの場や、地域の居場所「まちのひろば」を創出します。

目的は 現場に出かけていき、
そこに暮らす人々の声に耳を傾け、
ひとつひとつ丁寧に拾い上げて、
次につながるお手伝いをすること。

出動情報はホームページやSNSをご覧ください。



Facebook



公式LINE

麻生区ソーシャルデザインセンター

住 川崎市麻生区万福寺1-5-1
麻生区役所まちづくり推進部企画課
☎ 044-965-5112 (麻生区役所 企画課)
✉ info@asao-sdc.com

問い合わせ先

相談窓口



学びの仲間を増やそう!

生涯学習相談コーナー

麻生市民館

- 開設場所** 水曜 10～12時か、13～15時
※開設日はホームページをご覧ください、お問い合わせください。
- 開設日時** 麻生市民館3階受付前スペース
麻生区万福寺1-5-2
- 問合せ** 麻生市民館
☎044-951-1300 Fax.044-951-1650

ボランティア相談コーナー

麻生区社会福祉協議会

- 開設場所** 第3火曜 13時30分～15時
日曜・祝日・年末年始はお休み
- 開設日時** 福祉パルあさお多目的フリースペース
麻生区万福寺1-2-2新百合21ビル1階
- 問合せ** 麻生区社会福祉協議会
ボランティア活動振興センター
☎044-952-5500 Fax.044-952-1424

地域でできるボランティアを紹介



市民活動相談窓口

麻生市民交流館やまゆり

- 開設場所** 毎週火曜・木曜
13時30分～16時30分
※祝日・年末年始はお休み
- 開設日時** 麻生市民交流館やまゆり
麻生区上麻生1-11-5
- 問合せ** ☎ & Fax.044-272-7601
(相談窓口専門)

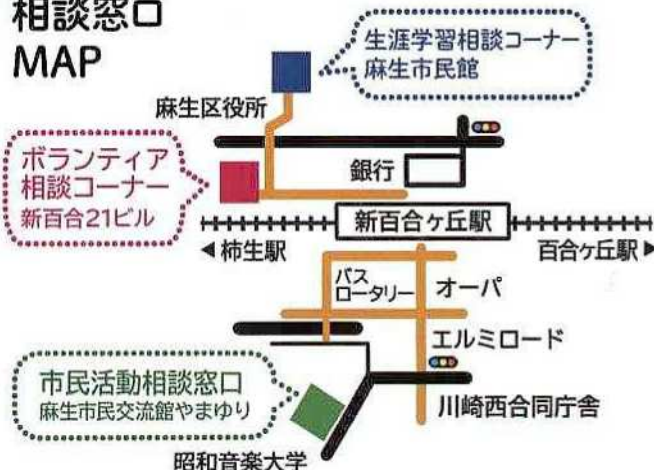
あなたの希望をかなえ隊



参加したい団体を見つける手伝いをしてくれる窓口があります。
ぜひご利用ください

ふみだそう!
はじめての一步

相談窓口 MAP



初開催

健康フェス

自分に合った長寿の秘訣を探そう!

in白山

2025

3 / 23

10時～15時 雨天開催

会場 白山いこいの家(1F)
白山こども文化センター(2F)

～裏面の地図参照～

人生100年時代、自分に合った地域でのつながりを作り、交流を楽しみながら健康長寿を目指しませんか。どなたでもおいでください。

測る

◆福祉クラブ生活協同組合
◆パルシステム神奈川麻生センター

カラダを知ろう健康チェック

※詳細は裏面へ

遊ぶ

◆パルシステム神奈川麻生センター

お試し健康マージャン

初心者もOK!



『クリーミーヨーグルト』
『カスタードプリン』

*来場者へ提供・先着



知る・なごむ

お役立ち情報

◆柿生アルナ園地域包括支援センター
◆小規模多機能あさお(生活支援コーディネーター)

介護保険を徹底解説セミナー

時間 10:15～11:15

◆神奈川東部ヤクルト販売株式会社

腸を丈夫に! おなか元気教室

時間 13:30～14:30

◆白山地区民生委員児童委員

気軽に相談コーナー

『乳酸菌飲料』
*参加者へ提供



つながる

◆新ゆりグリーンタウン連絡協議会

G連協ふれあい喫茶

分かる

◆株式会社ヤマシタ

歩行分析で歩き方を改善

時間 11:30～12:30

生活をもっと快適に福祉用具の展示

運動する

◆白山こども文化センター
◆株式会社ティップネス新百合ヶ丘店

みんなでピククルボール

時間 10:00～12:00 12:30～14:30

テニス×卓球×バドミントンを
掛け合わせたラケットスポーツです。

『お菓子プレゼント』★室内用運動靴をご持参ください!



もらえる

◆株式会社伊藤園 玉川支店
◆株式会社カジノヤ

チラシ右下の引換券持参の方に
来場者プレゼント

※数に限りあり

『お茶』、『納豆』など



主催：白山地区民生委員児童委員、麻生区役所
共催：柿生アルナ園地域包括支援センター、小規模多機能あさお
協力：新ゆりグリーンタウン連絡協議会

株式会社伊藤園 玉川支店
株式会社カジノヤ
神奈川東部ヤクルト販売株式会社
株式会社ティップネス新百合ヶ丘店
白山こども文化センター
パルシステム神奈川麻生センター
福祉クラブ生活協同組合

【問合せ先】

麻生区役所地域ケア推進課・地域支援課

電話：044-965-5303

E-mail: 72koushi@city.kawasaki.jp

※当日、出展内容が変更になる場合があります。

裏面もご覧ください。

来場者
プレゼント
引換券

健康チェック項目

●骨密度測定

骨の強さを測る検査です。骨折のリスクを知ることができます。

●血管年齢測定

血管の健康状態を調べます。実年齢と比べて血管がどれくらい若い、または老化しているかを確認します。

●握力測定

手の力を測ります。全身の筋力や健康状態の目安になります。

●足趾力測定

足の指の力を測ります。歩行能力やバランス感覚の確認に役立ちます。

●体組成測定

体の中の筋肉や脂肪の割合を調べます。健康管理に役立ちます。

●血圧測定

血圧を測ります。心臓や血管の健康状態を知るために重要です。

タイムスケジュール

～いこいの家～

- 10:15～11:15 定員20名

介護保険を 徹底解析セミナー

「介護保険」は、どういう制度なのか、どんな時に使えるか、など皆様の素朴な疑問にお答えします。

- 11:30～12:30 先着順

歩行分析で歩き方を改善

歩行分析ツール「トルト」を利用しご自身の歩き方などを確認してみませんか？

- 13:30～14:30 定員20名

腸を丈夫に！ おなか元気教室

- ①「おなかのお話」
- ②「おなか体操」
- ③「乳酸菌飲料の提供」

～こども文化センター～

- 10:00～12:00 交代制
12:30～14:30

みんなでピククルボール

会場地図



元NHK理科教室のお姉さん & 大学の専門家が伝える 幸せUP!! 「わたしの流儀」 講演会

🌸 こんな方、ぜひご参加ください! 🌸

✓ 新生活を迎え地域や人との関わりを楽しみたい! ✓ つながりの楽しさや価値を知りたい!

参加無料

2025. 3/29 (土) 14時 ~ 16時
(受付開始: 13時45分~)

会場

麻生区役所
第1会議室 (4階)

会場・オンライン (zoom) 各60名 ※会場に空きがある場合は当日参加も可能

1 人と地域とのつながり～「推し活」は地域を救う～ (30分)

これから20年で起きること! 楽しく暮らすための「推し活」ポイントを紹介します。

講師: 後藤 純 氏

東海大学建築都市学部准教授



2 こころ豊かに暮らすためのヒント～わたし流の地域活動～ (45分)

芸能活動、麻生区の町内会活動などの経験談を交えて、「わたし流」のヒントを紹介します。

講師: 原 あゆこ 氏 (通称マコさん)

元NHK理科教室のお姉さん
麻生区在住



3 幸せな未来を描くために今できること (40分)

* 会場の皆さんを交えての意見交換会 *

【申込 (事前申込制)】
2/25 (火) ~ 3/19 (水)

幸せUP!!

ミニ 脳体力測定会

～脳は鍛えることができる!～

記憶力や注意力などのチェックをしてみませんか?

12時 ~ 13時30分 (予約不要・先着順)

申込できない場合は、問合せ先までご連絡ください。



区HPから申込

【問合せ先】麻生区役所地域ケア推進課

電話: 044-965-5303 E-mail: 73keasui@city.kawasaki.jp



会場参加特典!

介護予防広報誌『るるぶ麻生区版』先行配付!